



¿QUÉ ES EL VIH?

Programa de Educación y
Prevención ETS/VIH/SIDA



¿QUÉ ES EL VIH?

EL VIH ES EL VIRUS QUE CAUSA EL SIDA.

El VIH es un virus que se propaga a través de determinados fluidos corporales y ataca el sistema inmunitario del cuerpo, específicamente las células CD4, también llamadas células T.

Con el tiempo, el VIH puede destruir tantas de estas células que el cuerpo pierde su capacidad de luchar contra las infecciones y las enfermedades. Las células CD4 son células especiales que ayudan al sistema inmunitario a luchar contra las infecciones.

Cuando el VIH no se trata, reduce la cantidad de células CD4 (células T) que hay en el cuerpo y este daño al sistema inmunitario hace que le sea cada vez más difícil luchar contra las infecciones y algunas otras enfermedades. Los cánceres o infecciones oportunistas se aprovechan del sistema inmunitario muy débil y son señal de que la persona tiene SIDA.

¿CÓMO SE TRANSMITE EL VIH DE UNA PERSONA A OTRA?

Se puede contraer o transmitir el VIH a través de determinadas actividades. Lo más común es que las personas lo contraigan o transmitan a través de sus comportamientos sexuales o el uso de jeringas o agujas.

Solamente ciertos líquidos corporales —la sangre, el semen, el líquido preseminal, las secreciones rectales, las secreciones vaginales y la leche materna— de una persona que tiene el VIH pueden transmitir el virus.

Estos líquidos deben entrar en contacto con las membranas mucosas o con tejidos lesionados de la otra persona, o ser inyectados directamente al torrente sanguíneo (con una aguja o jeringa) para que ocurra la transmisión. Las membranas mucosas se encuentran dentro del recto, la vagina, el pene y la boca.

EL VIH NO SE TRANSMITE



A través del aire
o del agua



Mediante la saliva, el
sudor, las lágrimas o los
besos con la boca cerrada



Por los insectos o
por las mascotas



Al compartir el
inodoro, los alimentos
o las bebidas

El VIH no sobrevive mucho fuera del cuerpo humano (por ejemplo, en las superficies) y no se puede reproducir fuera de un anfitrión humano.

No se transmite a través de lo siguiente:

- Los mosquitos, las garrapatas u otros insectos.
- La saliva, las lágrimas o el sudor que no esté mezclado con la sangre de una persona VIH positiva.
- Darle un abrazo, darle la mano, compartir el inodoro, compartir platos, o darle un beso de boca cerrada o un "beso social" a una persona VIH positiva.
- Otras prácticas sexuales que no incluyan el intercambio de líquidos corporales (por ejemplo, tocarse).

¿CÓMO SÉ SI TENGO EL VIH?

La única forma de saber con seguridad si tiene el VIH es realizándose una prueba. Es importante que sepa si tiene el VIH, porque eso le servirá para tomar decisiones saludables para prevenir contraerlo o transmitirlo.

Algunas personas pueden sentirse enfermas (como si tuvieran la influenza) en las 2 a 4 semanas siguientes a la infección (etapa 1 de la infección por el VIH). Pero otras podrían no sentirse enfermas durante esta etapa. Los síntomas incluyen fiebre, escalofríos, sarpullido, sudores nocturnos, dolores musculares, dolor de garganta, fatiga, inflamación de los ganglios linfáticos y úlceras en la boca. Estos síntomas pueden durar desde pocos días hasta varias semanas. Durante este tiempo, la infección por el VIH podría no detectarse en las pruebas del VIH; sin embargo, las personas infectadas son muy contagiosas y pueden transmitírselo a otras.

Si tiene estos síntomas, no significa que tenga el VIH. Cada uno de los síntomas puede ser causado por otras enfermedades. Pero si tiene estos síntomas después de una posible exposición al VIH, vea a un proveedor de atención médica y dígame acerca de su riesgo. La única manera de determinar si está infectado es haciéndose la prueba del VIH.

EXISTEN VARIAS MANERAS EN QUE PUEDE REDUCIR EL RIESGO DE CONTRAER O TRANSMITIR EL VIH.

Si tiene el VIH, tome los medicamentos de la terapia antirretroviral para el VIH según las indicaciones. Tomarlos según las indicaciones puede hacer que su carga viral (la cantidad de virus en la sangre) llegue a niveles indetectables. Si su carga viral se mantiene indetectable, usted puede mantenerse sano y no tendrá efectivamente ningún riesgo de transmitirle el virus a una pareja VIH negativa a través de las relaciones sexuales.

Si está en riesgo de contraer el VIH, tome los medicamentos de profilaxis preexposición (PrEP) para prevenir el VIH. Cuando se toman según las indicaciones, los medicamentos de PrEP son altamente eficaces para prevenir la infección por el VIH a través del sexo.

Tome los medicamentos antirretrovirales, llamados profilaxis posexposición (PEP), si cree que ha estado expuesto al VIH en las últimas 72 horas y no toma los medicamentos de PrEP.

OTRAS RECOMENDACIONES



Hágase las pruebas de detección de otras enfermedades de transmisión sexual (ETS) y reciba el tratamiento necesario.

Tener otras enfermedades de transmisión sexual aumenta el riesgo de contraer o transmitir el VIH.

Elija actividades sexuales menos riesgosas, como el sexo oral.

Use condones de la manera correcta cada vez que tenga relaciones sexuales.

La abstinencia (no tener relaciones sexuales) siempre es una opción.

Para obtener más información visite la página:

www.aspirapr.org

www.cdc.gov/hiv/spanish